



認定こども園 新倉幼稚園

日付	献立名		栄養価	日付	献立名		栄養価
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)			昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	
1 金	ほうれん草ハン チキンのトマト煮 ピーマンちくわカレー炒め オレンジ コーンのスープ(豆乳) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎大学芋	エネルギー 560kcal たんぱく質 23.8g 脂質 19.5g 炭水化物 78.9g 塩分 1.8g	15 金	キャロットロール タラのピカタ もやしとピーマンカレー炒め トマトの和え物 コンソメスープ(キャベツ、ウインナー) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎わかめごまおにぎり	エネルギー 520kcal たんぱく質 23.8g 脂質 15.0g 炭水化物 77.1g 塩分 1.7g
4 月	ご飯 ミートボールのクリームソース 菜の花とベーコンのスパゲティ 彩りサラダ コンソメスープ(はくさい、えのき) 牛乳	○お野菜せんべい ◎ラスク	エネルギー 596kcal たんぱく質 23.9g 脂質 21.8g 炭水化物 83.7g 塩分 1.6g	18 月	ご飯 コーンコロッケ 厚揚げと大根の煮物 魚肉ソーセージとマカロニ炒め 味噌汁(きゃべつ、さつま揚げ) 牛乳	○お野菜せんべい ◎ジャムサンド	エネルギー 583kcal たんぱく質 20.7g 脂質 16.3g 炭水化物 95.2g 塩分 1.9g
5 火	玄米ご飯 シルバーの西京みそ漬け ブロッコリーの卵炒め ひじきの煮物 すまし汁(水菜、なると、しいたけ) 牛乳	○たべっこ動物 ◎じゃこトースト	エネルギー 529kcal たんぱく質 25.1g 脂質 15.8g 炭水化物 77.8g 塩分 1.8g	19 火	玄米ご飯 ハンバーグ ブロッコリーとコーンのサラダ ベイクドカレーじゃが スープ(もやし、菜の花、ベーコン) 牛乳	○たべっこ動物 ◎バナナ	エネルギー 533kcal たんぱく質 21.2g 脂質 18.4g 炭水化物 77.5g 塩分 1.7g
6 水	玄米ご飯 三色そばろ丼 切り干し大根のサラダ 豚汁 牛乳	○ほしたべよ ◎牛乳寒天	エネルギー 524kcal たんぱく質 24.5g 脂質 18.9g 炭水化物 68.7g 塩分 1.7g	20 水	玄米ご飯 さわらの煮つけ 豚肉とキャベツみそ炒め ほうれん草とにんじんごま和え 味噌汁(麩、わかめ) 牛乳	○ほしたべよ ◎キャラメルプリン	エネルギー 522kcal たんぱく質 24.5g 脂質 15.5g 炭水化物 76.0g 塩分 1.6g
7 木	玄米ご飯 さわらの塩焼き 京がんとすなの煮物 ほうれん草とえのきのお浸し 味噌汁(長ねぎ、わかめ) 牛乳	○マンナビスケット ◎バナナ	エネルギー 511kcal たんぱく質 24.4g 脂質 15.2g 炭水化物 74.0g 塩分 1.7g	21 木	お弁当	○マンナビスケット ◎焼きドーナツ	エネルギー 104kcal たんぱく質 1.8g 脂質 0.4g 炭水化物 23.5g 塩分 0.2g
8 金	ロールパン かぼちゃのキッシュ 花野菜とハムのサラダ お楽しみゼリー ミネストローネ 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎焼きそば	エネルギー 549kcal たんぱく質 22.6g 脂質 18.4g 炭水化物 80.3g 塩分 1.6g	22 金	バターロール スパニッシュオムレツ もやしとささみサラダ オレンジ ミルクスープ(大根、えのき、人参) 牛乳	○鉄分強化ウエハース ◎お好み焼き	エネルギー 558kcal たんぱく質 24.0g 脂質 18.8g 炭水化物 80.1g 塩分 1.9g
11 月	玄米ご飯 あじフライ ベーコンと野菜トマト煮 きゅうりちくわおおか和え 味噌汁(豆腐、長ねぎ) 牛乳	○お野菜せんべい ◎きな粉トースト	エネルギー 533kcal たんぱく質 26.3g 脂質 18.7g 炭水化物 71.2g 塩分 1.5g	25 月	醤油ラーメン キャベツとウインナー炒め物 シューマイ ブロッコリーとかにかまのサラダ 牛乳	○お野菜せんべい ◎チーズトースト	エネルギー 552kcal たんぱく質 24.5g 脂質 17.6g 炭水化物 86.0g 塩分 1.8g
12 火	玄米ご飯 豚丼 キャベツとかにかまのサラダ 味噌汁(ほうれん草とにんじん) 牛乳	○たべっこ動物 ◎青のりポテト	エネルギー 524kcal たんぱく質 22.4g 脂質 14.4g 炭水化物 82.4g 塩分 1.7g	26 火	玄米ご飯 シルバーの照り焼き アスパラときのこのソテー さつまいもとりんご煮 味噌汁(切り干し、にんじん、油揚げ) 牛乳	○たべっこ動物 ◎ごまクッキー	エネルギー 541kcal たんぱく質 24.1g 脂質 17.0g 炭水化物 78.4g 塩分 1.7g
13 水	玄米ご飯 麻婆豆腐 切り干し大根の煮物 フルーツ杏仁 中華スープ(もやし、わかめ) 牛乳	○ほしたべよ ◎にんじんホットケーキ	エネルギー 555kcal たんぱく質 21.9g 脂質 17.4g 炭水化物 83.9g 塩分 1.5g	27 水	玄米ご飯 ハヤシライス フルーツヨーグルト和え コンソメスープ(キャベツ、じゃがいも) 牛乳	○ほしたべよ ◎ぶどうゼリー	エネルギー 517kcal たんぱく質 19.4g 脂質 17.2g 炭水化物 76.8g 塩分 1.6g
14 木	玄米ご飯 照り焼きチキン かぼちゃバター煮 アスパラとコーンのソテー 味噌汁(きゃべつ、厚揚げ) 牛乳	○マンナビスケット ◎オレンジゼリー	エネルギー 524kcal たんぱく質 20.3g 脂質 16.7g 炭水化物 78.2g 塩分 1.7g	28 木	玄米ご飯 マスの塩焼き 青のり卵焼き かぼちゃサラダ けんちん汁(味噌) 牛乳	○マンナビスケット ◎蒸しパン	エネルギー 525kcal たんぱく質 24.1g 脂質 15.8g 炭水化物 76.1g 塩分 1.4g

仕入れの都合等で献立を変更する場合がありますが、ご了承ください。